

NGUYỄN VĂN NGỌC

BÌNH ĐỊNH

Chân Truyền

Song Tô Phượng Dực

Quyển Tứ Hải

NHÀ XUẤT BẢN MŨI CÀ MAU

LÃO VÔ SƯ
NGUYỄN VĂN NGỌC

BÌNH ĐỊNH
CHÂN TRUYỀN

TẬP II

NHÀ XUẤT BẢN MÙI CÀ MAU



Võ sư NGUYỄN VĂN NGỌC

Chưởng môn võ đường Kim Sơn, Thành viên Ban Cố Vấn Võ thuật Sở TDTT Thành phố Hồ Chí Minh.

Người xã Phước Hòa - quận Tuy Phước - tỉnh Bình Định. Ông học võ từ năm 8 tuổi, do cha truyền lại kiến thức võ học căn bản. Từ nền tảng này, Ông theo học với nhiều võ sư khác và đã hấp thụ được khá nhiều tinh hoa của võ thuật Tây Sơn.

- Biểu diễn bài SONG TÔ PHƯỢNG DỤC - *HLV* : KIM LONG

- Biểu diễn bài Thảo bộ TỬ HẢI - *HLV* : KIM NGHĨA

LỜI TỰA

Qua lịch sử dựng nước và giữ nước của dân tộc Việt Nam, chúng ta biết có rất nhiều môn võ công mang tính đặc thù của dân tộc Việt. Và cách đây hơn 200 năm sau khi người anh hùng Nguyễn Huệ phát cờ khởi nghĩa thống nhất đất nước, chúng ta lại biết đến một môn võ công mới, xuất phát từ đất Tây Sơn gọi là võ Bình Định. Trong môn võ này những tinh hoa võ thuật của tiền nhân lại được đúc kết để tạo nên một sắc thái mới phù hợp với bối cảnh lịch sử thời đó và nhất là phù hợp với tâm vóc của người Việt.

Thời gian qua nhanh kéo theo bao sự đổi thay thăng trầm của thế sự, môn võ Bình Định cũng không nằm ngoài qui luật đó. Các bậc tiền bối đã ra người thiên cổ, do vậy võ Bình Định dù ít dù nhiều cũng bị mai một thất truyền. Những ai may mắn được kế thừa võ công của các tiền bối cũng đều mong muốn những tinh hoa này được tiếp tục giữ gìn một cách trân trọng và cách hay nhất vẫn là truyền thụ lại cho các thế hệ mai sau.

Với mục đích đó, Chưởng môn phái Kim Sơn Bình Định – Lão võ sư **NGUYỄN VĂN NGỌC** góp phần vào việc phục hưng và phát triển môn võ Bình Định đã từng một thời là phương tiện dựng nước và giữ nước của ông cha ta, đó là việc cho ra mắt quý độc giả yêu chuộng võ thuật sách võ **Bình Định Chân Truyền - Tập II**.

Tập này gồm 2 bài :

Bài một là bài **SONG TÔ PHƯỢNG DỤC** rất đặc sắc, tiêu biểu, một loại vũ khí ngấm nhưng rất lợi hại. Bài này vừa có tính mềm mại vừa có tính mãnh liệt. Bài hai là bài thảo bộ **TỨ HẢI**, bài quyền này vừa có nét uyển chuyển kết hợp công thủ vừa phản tránh lanh lẹ thích hợp cho cả nam lẫn nữ, phù hợp thể trạng của người Việt Nam.

Hai bài thảo nói trên được võ sư **Nguyễn Văn Ngọc** chỉ đạo biên soạn dựa trên sự hiểu biết và sự chỉ dạy của thân sinh ông là cố võ sư **Nguyễn Thiệp**, sinh năm 1860 - một võ sư danh tiếng ở Bình Định vào thế kỷ XIX.

Chúng tôi xin biên soạn hai bài võ này mong rằng quý độc giả yêu chuộng võ thuật tham khảo.

Trong lần xuất bản đầu tiên này sẽ không tránh khỏi những sai sót, chúng tôi mong nhận được sự phê bình góp ý của các bạn và các võ sư đồng nghiệp gần xa để lần xuất bản sau được hoàn chỉnh hơn.

Xin chân thành cảm ơn các cá nhân, cơ quan đoàn thể đã giúp chúng tôi trong việc cho ra mắt quý độc giả tập sách này.

*Các đệ tử Kim Thoa, Kim Long,
Kim Nghĩa viết theo hướng dẫn của
lão võ sư NGUYỄN VĂN NGỌC.*

LỜI THIỆU

BÀI SONG TÔ PHƯỢNG DỤC :

- Hồi đầu bái Tổ.
- Phượng hoàng xuyên vân thủ.
- Khấu địa nhất thức phi.
- Nhị biên liên đồng thủ.
- Hồi long biên quá hải.
- Đả phá tam môn chùy.
- Đáo lai tam chiến đả.
- Hồi vĩ phượng đảo môn.
- Phượng loan xuyên phong vũ.
- Phản địa phiêu thân cước.
- Phượng dục đáo lai chùy.

HỒI ĐẦU BÀI TỔ

• TƯ THẾ CHUẨN BỊ :

Đứng lập tấn, tay trái cầm song tô, tay phải rút lên ngang hông.



Hình 1

- Bước chéo chân trái lên trước, tay phải choàng qua trái bàn tay xòe đặt trên cán song tô.



Hình 2



Hình 3

- Bước chân phải tới trước đưa song tô lên chào.



Hình 4

- Rút chân phải về tư thế chuẩn bị, đẩy chưởng tới rồi rút về ngang hông như hình 1.

PHƯỢNG HOÀNG XUYỀN VÂN THỦ



Hình 5

- Bước chân phải lên đỉnh tấn, chém song tô ngang sang phải.



Hình 6

- Bước chân trái lên đỉnh tấn, chém ngang song tô sang trái.

KHẤU ĐỊA NHẤT THỨC PHI



Hình 7

Bước chân phải lên,
chụm hai chân lại,
đồng thời chặt song tô
xuống trước.

Nháy dang hai
chân ra trung bình
tấn và chém song
tô ngang hai bên.



Hình 8

NHỊ BIÊN LIÊN ĐỒNG THỦ



Hình 9

- Bước chân phải lên chém vớt song tô sang phải.



Hình 10

- Bước chân trái lên chém vớt song tô sang trái.



Hình 11

- Xoay song tô sang đầu, xoay người sang phải đứng xà tấn, chém song tô về phía trước.



Hình 12

- Xoay người ngược trở lại vớt song tô lên.

HỒI LONG BIÊN QUÁ HẢI



Hình 13

- Nhảy lên đá bằng mũi bàn chân phải lên phía trước.

- Vừa nhảy về phía sau vừa chém song tô vô và ra hai bên, đứng trụ bằng chân phải, chân trái co. Tô trái đỡ ngang phía dưới, tô phải đỡ ngang trên đầu.



Hình 14



- Hót xuống, chân phải đứng trước; chặt song tô xuống trước mặt.

Hình 15

Chém dạt song tô vô và ra hai bên.



Hình 16

ĐẢ PHÁ TAM MÔN CHÙY



Hình 17

- Xếp song tô sát vào chỗ.

Bước chân trái sang trái, đồng thời tô trái đỡ sang trái, tay phải đánh chỗ ngang tới trước.



Hình 18



- Tô phải đỡ trước ngực
tô trái độn lên.

Hình 19

- Bước chân phải sang
phải, đỡ tô phải sang
phải, tô trái đánh chò
ngang tới trước.



Hình 20



Hình 21

- Tô trái đỡ trước ngực, tô phải độn lên phía trước.

- Bước chân trái lên trước về phía mặt 1, tô trái đỡ gạt sang trái.



Hình 22



Hình 23

- Đánh chỗ ngang bằng tô phải.

- Tô phải xếp trước ngực dồn chỗ trái lên.



Hình 24

ĐÁO LẠI TAM CHIẾN ĐẢ



Hình 25

- Bước chân trái lên chụm hai chân lại, chặt song tô xuống trước mặt.



Hình 26



Nhảy dạt chân sang
hai bên chém song tô
vô và ra ngang vai.

Hình 27

- Bước chân trái lên
trước, chéo 45° ,
chém song tô ngang
sang trái.



Hình 28



Hình 29

- Bước chân phải lên phía trước xéo 45° chém ngang song tô sang phải.

- Loan song tô qua đầu đồng thời quay về phía sau (mặt 2) chém ngang song tô.



Hình 30

HỒI VĨ PHƯƠNG ĐẠO MÔN



Hình 31

- Xếp tô trái vào chỗ đồng thời bước chân phải lên, tay trái gạt xuống, đâm tô phải tới trước.

- Bước dặt chân phải sang phải 45° chém song tô sang phải.



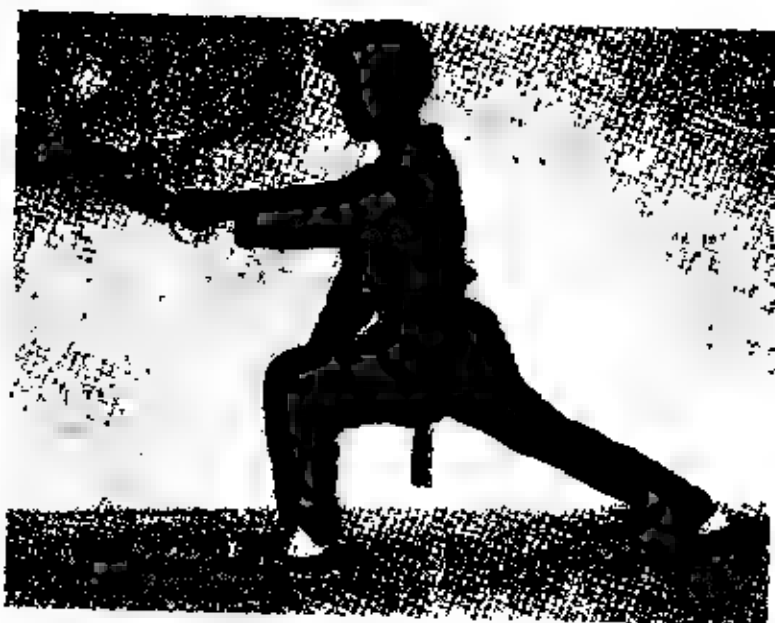
Hình 32



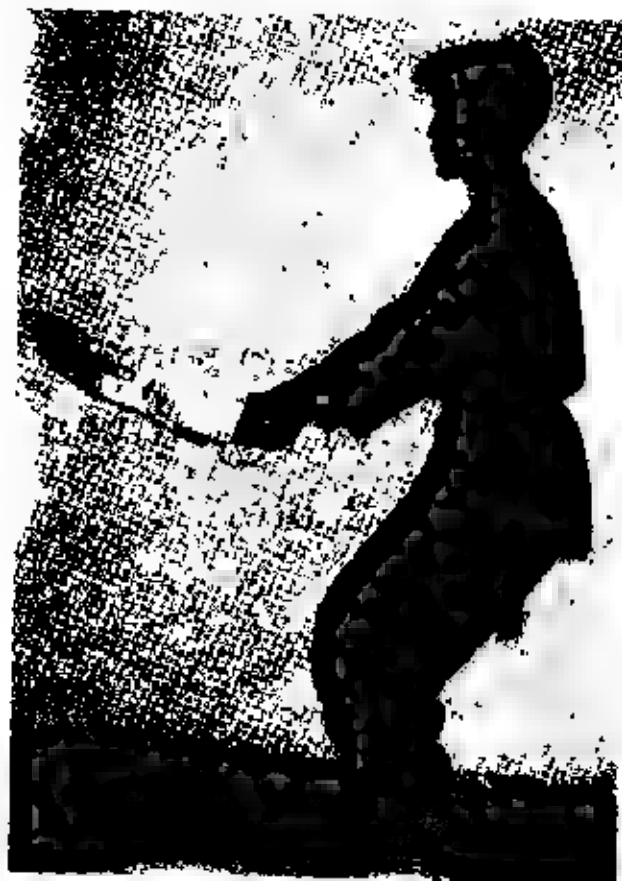
- Chém song tô
vô ra hai bên
2 lần.

Hình 33

- Bước chân
trái tới trước,
tô phải gạt
xuống, tô trái
đâm thẳng
trước mặt.



Hình 34



Hình 35

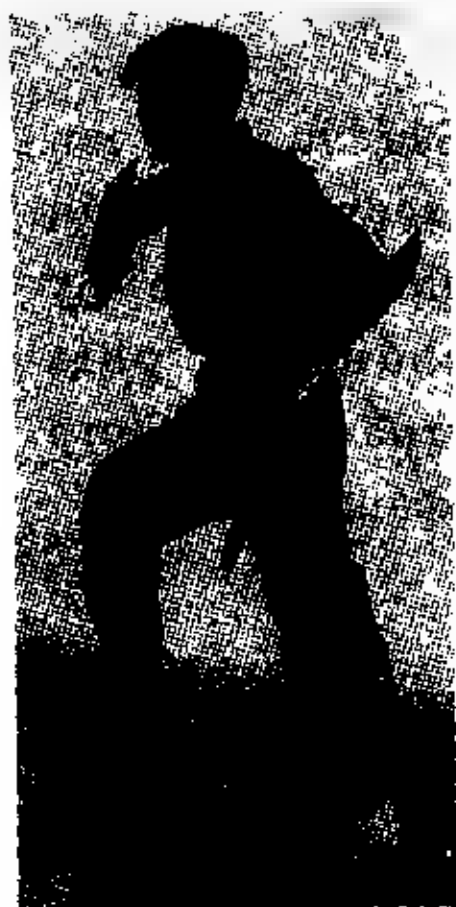
- Bước chân phải lên chụm hai chân lại đồng thời chặt song tô xuống trước mặt.

Nhảy dang hai chân chém song tô vô và ra 2 bên.



Hình 36

PHƯƠNG LOẠN XUYÊN PHONG VŨ



Hình 37

- Xếp song tô sát chỗ, bước chân phải lên đánh chỗ phải xuống.



Hình 38

- Xoay lưng đánh giựt chỗ trái.

(Cứ hai động tác trên lập lại 3 lần)

PHẦN ĐỊA PHIÊU THÂN CƯỚC



Hình 39

- Sau khi hết 3 lần (xoay lưng đánh chỗ trái), nhảy chồm về phía trước mặt chụp xuống đất.



Hình 40

- Nhảy ngược về phía mặt II, đá mũi chân phải lên.



- Rớt hai chân xuống, đâm song tô tới trước.

Hình 41

- Chém dạt song tô vô và ra hai lần.



Hình 42

PHƯƠNG DỤC ĐÁO LẠI CHÙY



Hình 43

- Xếp tô phải sát chỏ, đá đao sơn chân phải.



Hình 44



Hình 45

- Đánh quặp chỗ phải xuống trước mặt.



Hình 46

- Xoay lưng, đánh chỗ vòng tô trái.



Hình 47

- Nháy chồm về trước mặt và chụp xuống đất.



Hình 48

- Nhảy ngược về mặt 1, đá bằng mũi bàn chân phải.



Hình 49

- Rớt xuống, thả song
tô ra đồng thời đâm
tới trước.



Hình 50

- Xếp song tô vào chỗ
gạt tô trái, lên gối trái
đồng thời đánh chéo
tô phải.



Hình 51

- Đặt chân trái xuống, gạt tô phải, lên gối phải rồi đánh chéo tô trái.

- Bỏ chéo chân phải về phía sau xà tấn tay phải gạt xuống, tô trái đỡ trên đầu.



Hình 52



Hình 53

- Đứng dậy, xoay người đánh chỗ trái về mặt 1.



Hình 54

- Đá đảo sơn bằng chân phải về phía mặt 1.



- Đặt chân phải xuống rồi bay vòng 360° đá đảo sơn bằng chân phải.

Hình 55

- Rớt xuống, chặt song tô tới trước mặt.



Hình 56



Hình 57

- Nghiêng về phía sau
tô phải gạt xuống,
tô trái đỡ trên đầu.

- Nháy vòng người về
phía sau, tay trái xếp
tô lại gạt xuống, rồi
đâm tô phải về phía
trước (mặt 1).



Hình 58



Hình 59

- Nhảy vòng về phía sau tọa tấn, mặt hướng về mặt 1 tay phải đỡ tô lên đầu tay phải gạt xuống dưới.



Hình 60

- Nhảy lên đá bằng mũi bàn chân phải.



Hình 61

- Rớt xuống, chân phải đứng trước, chặt song tô xuống trước mặt.



Hình 62

- Chập song tô lại, tay trái cầm tô, tay phải choàng qua trái, bước chéo chân trái lên phía trước.



Hình 63

- Bước chân phải lên đưa song tô lên ngang ngực.



Hình 64

- Rút chân về lập tấn ở tư thế chuẩn bị, bái tổ. Hết bài.

LỜI THIỆU

THẢO BỘ TỬ HẢI

1. Tá hữu thiết, trao dương mai.
2. Ngũ thống khước liên Quan Âm đồng tử.
3. Thiết đao mã phục hổ triển thân.
4. Hạc cấp xá thân liên hoàn phóng tiễn.
5. Hắc ngư giáo đầu kim kê đả ngô công.
6. Phù sa cỡi dực tả hữu tọa bát.
7. Thái hổ phong môn lạc xã ấn chương.
8. Đả phá tam tinh ô dăng kỳ túc.
9. Chiến đá tam quan, hồi thân phi báo.
10. Phá tứ môn lập như tiên.

HỒI ĐẦU BẠI TỔ



Hình 1

- Đứng lập tấn, 2 tay
đê 2 bên hông.



Hình 2

- Nhảy 2 chân ra,
trung bình tấn đánh
2 ức bàn tay xuống.



Hình 3

- Vòng hai tay qua bên trái, chân trái bước lên xà tấn.



Hình 4

- Bước chân phải lên theo tấn chảo mã, chào quan khách.

TẢ HỮU THIẾT TRẢO DƯƠNG MẠI



Hình 5

- Co chân trái, chặt tay trái xuống, tay phải che ngang ngực.



Hình 6

- Bỏ chân trái xuống gạt tay trái, đồng thời bước chân phải sang trái chỏ mũi bắt tay hữu phải.



Hình 7

- Bước chân trái lên chao mã bắt tay hầu trái.



Hình 8

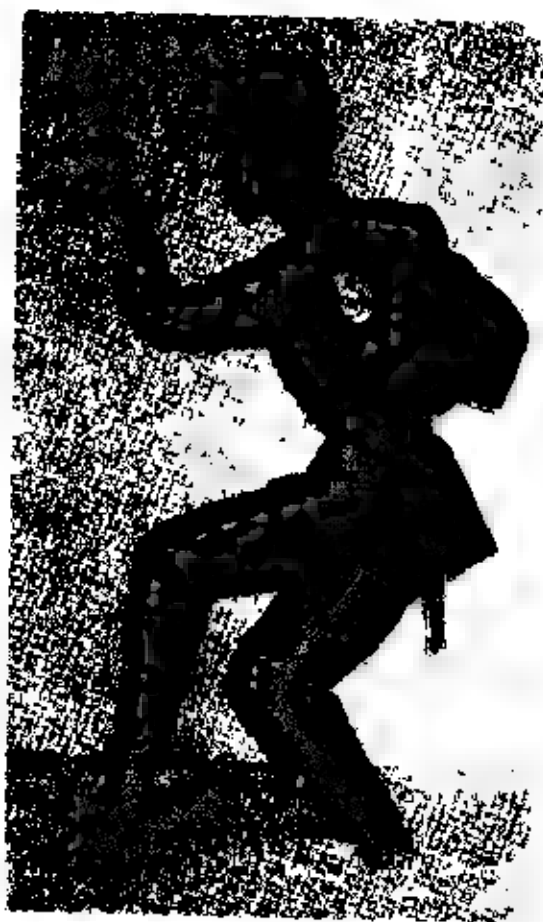
- Xoay lại mặt 1. Co chân phải chặt tay phải xuống, tay trái che ngang ngực.



Hình 9

- Đặt chân phải xuống, gạt tay phải sang bên phải bước chân trái lên chảo mã bắt hâu tay trái.

- Bước chân phải lên chảo mã, bắt tay hâu phải, tay trái để ngang hông.



Hình 10



Hình 11

- Xoay người lại mặt 1, chỏm chân trái trước, bắt đầu tay trái.

- Gạt tay trái kéo về hông, tay phải từ ngoài vẩy (tát) vô trước mặt. Định tấn chân trái trước.



Hình 12



- Nghiêng người đá đảo
sơn chân phải, tay
phải che hạ bộ, tay
trái che trước ngực.

Hình 13

- Nhảy chuyển tới đá
móc gót chân phải.



Hình 14



Hình 15

- Ngồi xuống chống tay, quét tảo địa chân trái từ trái sang phải.



- Nhảy lên đá thẳng long cước chân phải.

Hình 16



Hình 17

- Rớt xuống chân phải trướcchả omã bắt tay hâu phải.

- Tay trái hốt chân từ trong ra ngoài, tay phải đánh chỗ ngang đình tấn chân phải trước.



Hình 18



- Kéo chân phải về chảo
mã bắt tay hầu phải.

Hình 19

NGŨ THỐNG KHƯỚC LIÊN QUAN ÂM ĐỒNG TỬ

- Gạt tay phải bước
chân trái lên đỉnh tấn
dắm tay trái.



Hình 20



- Chân giữ nguyên
bắt tay hầu trái.

Hình 21

- Kéo chân trái về sau,
âm dương tấn, đâm
tay phải xuống.



Hình 22



Hình 23

- Bước chân phải về sau trước chân trái âm dương tấn đồng thời xoay người đánh chỗ vòng tay trái.

- Nhảy chân phải lên hướng mặt 1 đình tấn gạt ém tay trái, tay phải móc lên.



Hình 24



Hình 25

- Kéo chân trái lên bỏ ngang qua trung bình tấn hai tay chắp lại trước ngực.

THIỆT ĐẢO MÃ PHỤC HỒ TRIỂN THÂN

- Nhảy lui chân phải về chân trái co, tay trái để ngang hông tay phải che trước ngực.

Hình 26





Hình 27

- Nhảy lên đá thẳng long cước chân phải.



Hình 28

- Rớt xuống, ngồi chụp xuống đất quét tảo địa chân trái.



- Nhảy lên đá thẳng long cước bằng chân phải.

Hình 29

- Rớt xuống chồm người tới đánh chỏ ngang phải, chảo mã tấn.



Hình 30



- Đẩy chân phải tới
đỉnh tấn bật ngược
nắm tay phải ra
trước.

Hình 31

- Gạt tay phải kéo về
hông, dấm tay trái.
Chân không đổi.



Hình 32



Hình 33

- Ngã người về sau âm dương tấn, tay trái che ngang ngực, tay phải che hạ bộ.

- Nhảy chân phải về sau tọa tấn hai tay chụp đất.



Hình 34



Hình 35

- Nhảy lên đá thẳng long cước chân phải.



Hình 36

- Rút xuống chân phải trước đình tấn đánh xoắn 2 cạnh ức bàn tay tới trước.

HẠC CẤP XẢ THÂN LIÊN HOÀN PHÓNG TIỀN



Hình 37

- Nhảy lùi về sau, chân phải co lên, chặt tay phải xuống, tay trái thủ ngang ngực.



Hình 38

- Bỏ chân phải về tréo chân trái, xoay người lại, co chân trái lên đồng thời tay trái chặt xuống, tay phải thủ ngang ngực.



- Nhảy chân phải tới mặt 1 ém tay trái, xĩa tay phải, cháo mã tấn.

Hình 39

HẮC NGƯU GIÁO ĐẦU KIM KÊ ĐẠ NGÔ CÔNG

- Bước chân trái lên trước chân phải xà tấn, đánh chỗ ngang phải.



Hình 40



Hình 41

- Bước chân phải ngang qua trung bình tấn hai tay cùng ngang đầu.

- Kéo chân trái về sau ngã về âm dương, tay trái che ngang ngực, tay phải che bộ hạ.



Hình 42



Hình 43

- Nhảy chân phải về sau chân trái co, tay phải che trước ngực, tay trái ngang hông.

- Nhảy lên đồng thời tay phải giơ cao, rút xuống tọa tấn chân phải trước tay phải xòe chọc đầu ngón tay xuống đất, tay trái thú gần cằm.



Hình 44

PHÙ SA CẢI DỤC TẢ HỮU TỌA BÁT



Hình 45

Gạt tay trái bước chân phải lên trung bình tấn, bật tay phải (nhớ ghì lại).

- Đứng lên xoay ra sau (mặt II) cháo mã, tay xòe chưởng trước ngực, tay phải ngang hông .



Hình 46



Đứng tấn giữ nguyên
2 tay chặt vô và giựt
chỏ ra 2 bên.

Hình 47

THÁI HỔ PHONG MÔN LẠC XÃ ẨN CHƯƠNG

- Xoay người lại bước
chân trái lên hướng
mặt II đồng thời
gạt tay phải đốn
tay trái.



Hình 48



Hình 49

- Đứng trung bình tấn,
hai tay chặt vô, giựt
chó ra 2 bên.

- Nhảy chân phải lên
đỉnh tấn chân phải
trước ém tay trái,
móc tay phải lên.



Hình 50



Hình 51

.. Bước chân trái lên,
đá chân phải sang
bên phải.

- Bỏ chân phải qua
trước chân trái tay
thủ như hình.



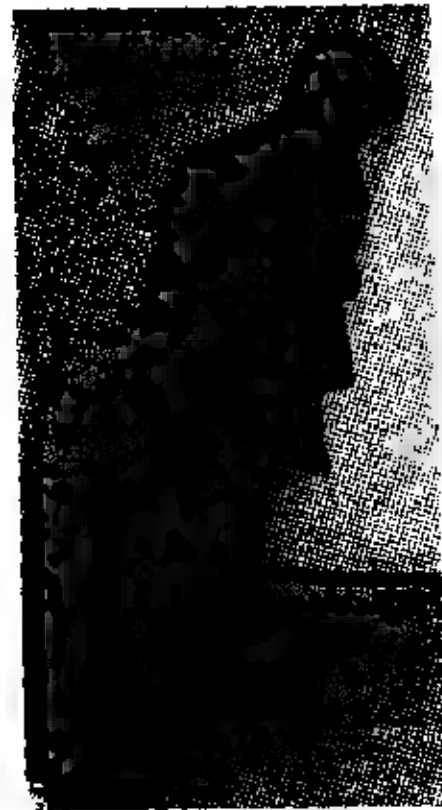
Hình 52



- Đạp bànlong
chân trái qua
bên trái.

Hình 53

- Bỏ chân trái về sau
ngã về âm dương, tay
thú như trong hình.



Hình 54



Hình 55

- Nhảy chân phải về mặt I tọa tấn chân trái trước, tay trái thủ ngang hông, tay phải che trước mặt.

Đứng dậy bước chân phải lên trước, hai tay từ dưới đánh móc lên.



Hình 56



Hình 57

- Nhảy lết tới ém tay trái, tay phải móc lên bằng trảo



Hình 58

- Vòng 2 tay ém tay trái chặt tay phải.



Hình 59

- Bước chân trái lên
gạt tay trái, đồng
thời bước chân phải
lên gạt tay phải tay
trái kéo về hông.



Hình 60

- Bước chân trái lên,
tay phải kéo về hông,
tay trái gạt ra.



Hình 61

- Bước chân phải tới ém, tay trái kéo về hông, đánh chưởng tay phải tới trước.

ĐÃ PHÁ TAM TINH Ô DANG KỲ TỨC

- Nhảy lui về sau, chân phải đạp phía dưới, tay thủ như hình.



Hình 62



Hình 63

- Co chân phải lại đạp bằng lòng, tay trái che ngực, tay phải che hạ bộ.



Hình 64

- Để chân xuống đình tấn, ém tay trái xuống, tay phải dấm xéo xuống đất.



Hình 65

- Kéo chân phải vô chảo mã nắm tay phải lật, ngựa đập vào lòng bàn tay trái.

CHIẾN ĐẢ TAM QUAN HỒI THÂN PHI BÁO



Hình 66

- Xoay lại mặt I đứng chảo mã chân trái trước, tay thú như hình.



Hình 67

- Bước chân phải lên trung bình tấn, đánh chỗ ngang phải đập vào bàn tay trái.



Hình 68

- Bước chân trái tới mặt I, chảo mã, tay trái gạt, tay phải thủ ngang hông bước tới 2 lần.



Hình 69

- Gạt tay trái bước chân phải lên trung bình tấn đánh chỏ ngang phải đập vào bàn tay trái.

- Nhảy vòng chân phải về sau chảo mã chân phải trước, ém tay trái móc tay phải lên.



Hình 70

PHÁ TỬ MÔN LẬP NHƯ TIỀN



Hình 71

- Bước chân trái qua bên phải, đập chỏ trái, chân đứng chảo mã.

- Xoay người lại bỏ chân phải về sau định tấn, đánh chỏ vòng tay phải.



Hình 72



Hình 73

- Gạt tay trái bước chân phải lên chảo mả đánh đập chỗ phải vào bàn tay trái.

- Xoay người lại, bỏ chân trái về sau, dính tấn phải đánh chỗ vòng trái.



Hình 74



Hình 75

- Kéo chân trái lên mặt I chảo mã đánh đập chỗ trái vào bàn tay phải.



Hình 76

- Xoay người bỏ chân phải về đỉnh tấn, đánh chỗ vòng tay phải.



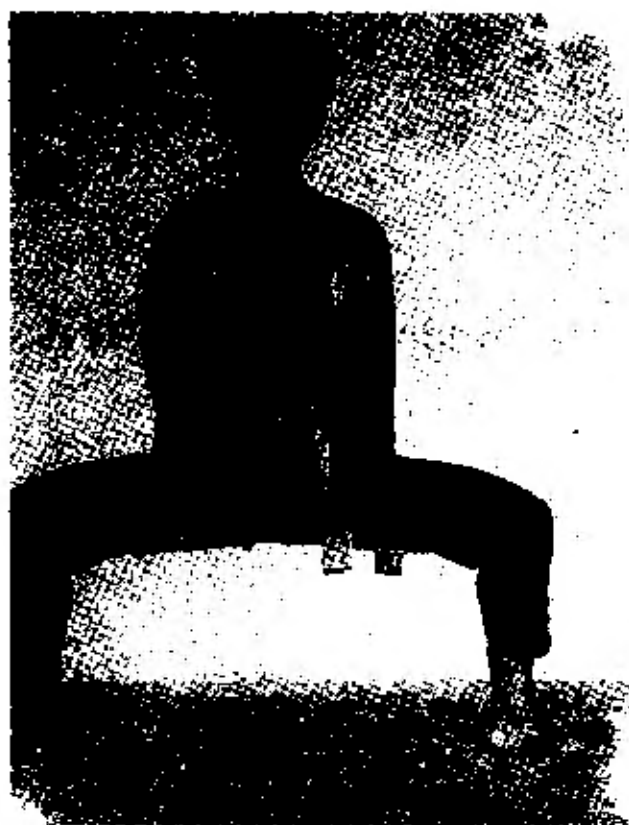
Hình 77

- Nhảy vòng chân phải về mặt II, định tấn chân phải trước, móc tay phải lên, tay trái ém.



Hình 78

- Kéo chân trái lên bằng chân phải 2 tay kéo về 2 bên hông.



Hình 79

- Nhảy dang hai chân ra trung bình tấn, đánh 2 ức bàn tay xuống.



Hình 80

- Vòng 2 tay qua bên trái, chân trái bước lên xà tấn.